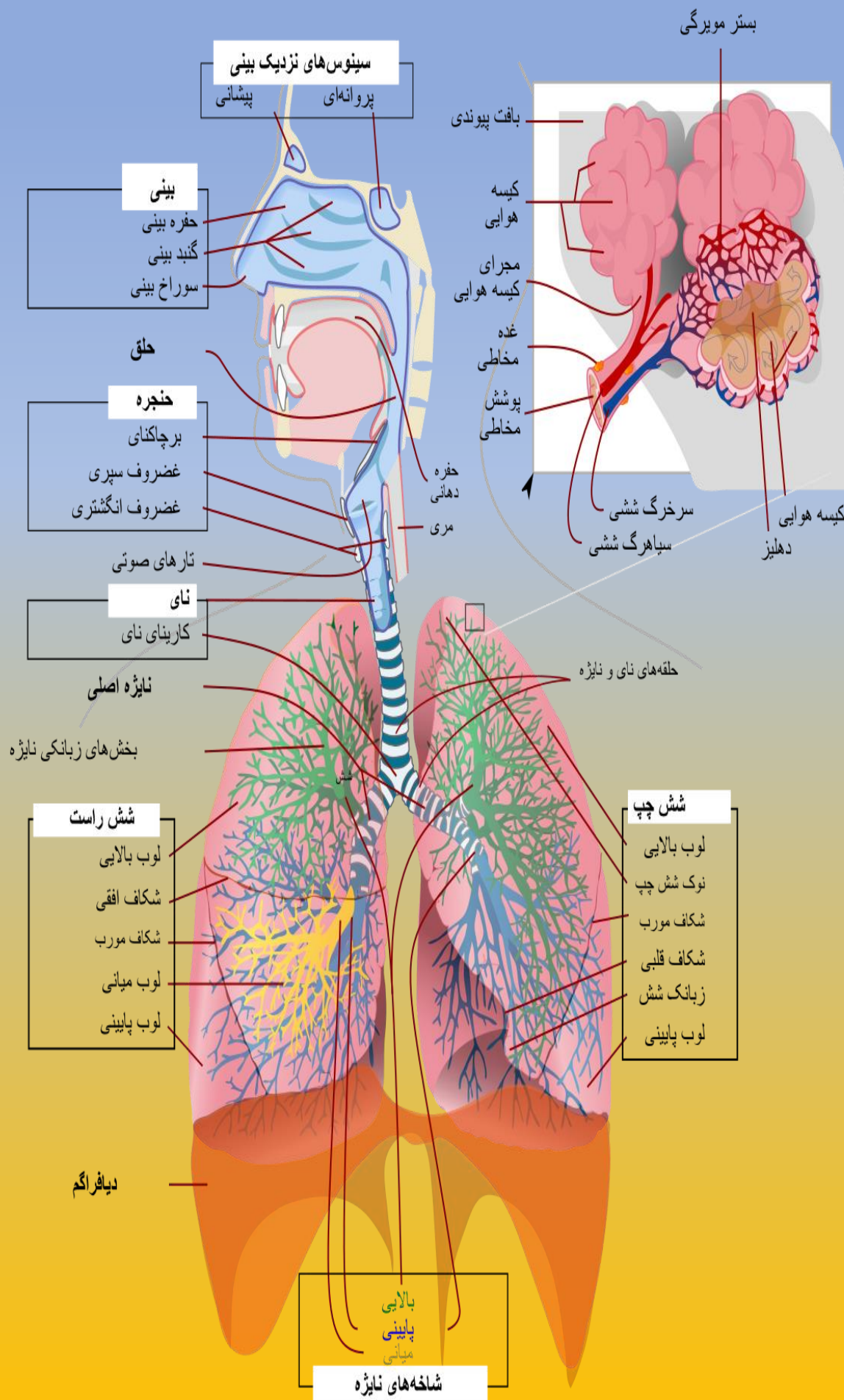


Lung cancer awareness



۱۱ مرداد؛ روز جهانی سرطان ریه
با همدلی، بدون قضاوت



ریه‌های شما دو اندام اسفنجی شکل در قفسه سینه هستند که به بخش‌هایی به نام لوب تقسیم شده‌اند. ریه راست ۳ لوب دارد. ریه چپ ۲ لوب دارد. ریه چپ کوچکتر است زیرا قلب فضای بیشتری را در آن سمت بدن اشغال می‌کند.

هنگامی که نفس می‌کشید (دم)، هوا از طریق دهان یا بینی شما وارد شده و از طریق نای وارد ریه‌ها می‌شود. نای به لوله‌هایی به نام برونش تقسیم می‌شود که وارد ریه‌ها می‌شوند و به برونش‌های کوچکتر تقسیم می‌شوند. این شاخه‌های کوچکتر برونشیول‌ها را تشکیل می‌دهند. در انتهای برونشیول‌ها کیسه‌های هوایی کوچکی به نام آلِوُول وجود دارد.

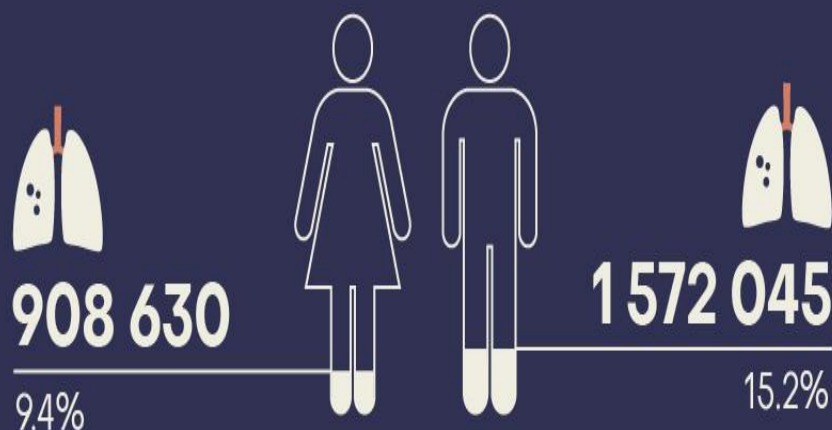
آلِوُول‌ها اکسیژن را از هوای استنشاق شده به خون جذب می‌کنند و دی‌اکسیدکربن را از خون خارج می‌کنند. دریافت اکسیژن و دفع دی‌اکسیدکربن از وظایف اصلی ریه‌های شما هستند.

LUNG CANCER

is the most common cancer type in the world and causes almost **one in every five cancer deaths**

Incidence

Total number and % of all new cancer cases



Mortality

Total number and % of all cancer deaths



International Agency
for Research on Cancer



Tobacco smoking is the **main cause of lung cancer**, responsible for almost 85% of all cases

Data source: GLOBOCAN 2022 - <https://gco.iarc.who.int>

طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی، سرطان ریه همچنان علت اصلی مرگ و میر ناشی از سرطان در سراسر جهان است و سالانه بیش از ۱/۸ میلیون مرگ را به خود اختصاص می‌دهد. با وجود پیشرفت در تشخیص و درمان، پیش‌آگهی آن به دلیل تشخیص در مراحل پایانی در بیشتر موارد ضعیف است. اما همچنان امید وجود دارد - این امید با آگاهی، تشخیص زودهنگام و دسترسی عادلانه به مراقبت آغاز می‌شود.

سرطان ریه سلول غیرکوچک (NSCLC)

حدود ۸۰٪ تا ۸۵٪ از سرطان‌های ریه از این نوع هستند. زیرگروه‌های اصلی NSCLC عبارتند از آدنوکارسینوما، کارسینوما سلول سنگفرشی و کارسینوما سلول بزرگ. این زیرگروه‌ها که از انواع مختلف سلول‌های ریه شروع می‌شوند، به عنوان NSCLC گروه‌بندی می‌شوند زیرا درمان و پیش‌آگهی آنها اغلب مشابه است.

MAIN TYPES OF LUNG CANCER

Non-Small
Cell Lung
Cancer
(NSCLC)

80-85%
of lung cancers

Main types:
adenocarcinoma,
squamous cell carcinoma,
and large cell carcinoma

Small
Cell Lung
Cancer
(SCLC)

10-15%
of lung cancers

Also called oat
cell cancer

Grows and spreads
faster than NSCLC

سرطان ریه سلول کوچک (SCLC)

حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد از کل سرطان‌های ریه، SCLC هستند. این نوع سرطان ریه تمایل به رشد و گسترش سریع‌تری نسبت به NSCLC دارد. در بیشتر افراد مبتلا به SCLC، سرطان در زمان تشخیص، فراتر از ریه‌ها گسترش یافته است. از آنجایی که این سرطان به سرعت رشد می‌کند، به شیمی‌درمانی و پرتودرمانی پاسخ می‌دهد اما متأسفانه برای اکثر افراد، سرطان در مقطعی دوباره عود می‌کند.

❖ سیگار/قلیان/پپ و سایر دخانیات: عامل اصلی در بیش از ۸۰٪ موارد

❖ قرار گرفتن در معرض دود سیگار (Second-hand Smoke)

❖ رادون، آزبست، سیلیکا و سایر مواد شیمیایی صنعتی

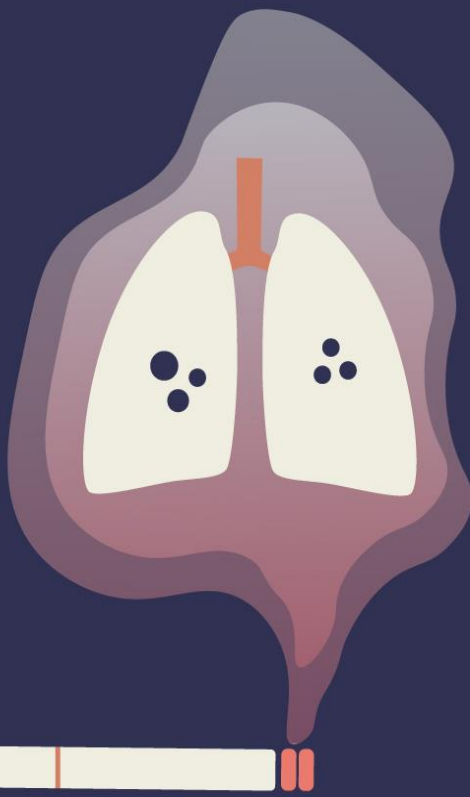
❖ آلودگی هوا

❖ سابقه خانوادگی سرطان ریه

❖ ابتلا بدون مصرف سیگار نیز ممکن است؛ به ویژه در زنان جوان.



Tobacco smoking is the primary risk factor for **lung cancer**, but non-smokers can also develop the disease



Cigarettes



Cigars



Pipes

Other risk factors include exposure to



Second-hand smoke



Occupational hazards
(such as asbestos, radon,
and certain chemicals)



Air pollution

تشخیص زودهنگام می تواند شانس درمان موفق را به طور چشمگیری افزایش دهد. با این حال، بسیاری از بیماران تا زمان بروز علائم شدید، پیگیر نمی شوند. علائم هشداردهنده شامل:

➤ سرفه های مداوم و طولانی مدت

➤ وجود خون در خلط و ترشحات پشت حلق

➤ تنگی نفس

➤ درد سینه

➤ کاهش وزن بی دلیل، خستگی مفرط

➤ عفونت های ریوی مکرر



Persistent cough



Repeat chest infections



Finger-clubbing



Unexplained weight/ appetite loss



Breathlessness



Chest and/or shoulder pain



Unexplained tiredness or lack of energy



Coughing up blood



Change in long term cough or a cough that gets worse



Hoarseness of voice

پیشگیری؛ بهترین درمان است.

✓ ترک سیگار، قلیان و دخانیات مهم‌ترین اقدام پیشگیرانه است.

✓ اجتناب از محیط‌های دودآلود

✓ بررسی میزان رادون در منازل

✓ استفاده از ماسک و تجهیزات ایمنی در محیط‌های صنعتی

✓ تلاش برای کاهش آلودگی هوا/استفاده از ماسک در روزهای آلوده



Going back
in time is not
needed here

QUITTING at any moment can reduce
the chances of lung cancer



متأسفانه برخی بیماران سرطان ریه به دلیل سابقه کشیدن سیگار، با احساس گناه درونی و یا سرزنش اطرافیانشان روبه‌رو می‌شوند. این نگاه نادرست باعث تأخیر در مراجعه به پزشک و انزوای روانی بیماران می‌شود.

به یاد داشته باشید که هیچ‌کس سزاوار ابتلا به سرطان نیست.



برای تهیه این مطلب از محتوای آموزشی موجود در وبسایت
انجمن‌های علمی معتبر و فعال در
زمینه سرطان ریه استفاده شده است.

<https://lcfamerica.org/>

<https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/lung-cancer>

<https://www.ersnet.org/>

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/lung-cancer>